

DE NUESTRA COCINA:

EXQUISITOS PLATILLOS NAVIDEÑOS



TOURTIERE:

Originalmente, esta especialidad francocanadiense era elaborada con pichones silvestres o "tourtes" como se les conoce en francés. Estas deliciosas aves (ahora extintas) han sido reemplazadas con aves de caza o carne fresca de cerdo, según la preferencia de cada región. La tradición exige que la *Tourtiere* se sirva en Nochebuena, antes o después de asistir a misa de medianoche.

Ingredientes:

1/2 K. de carne de puerco finamente picada	1 cebolla picada
1 cucharadita de sal	1 diente de ajo pequeño
1/2 cucharadita de sazónador	1/2 cucharadita de clavo
1/2 cucharadita de agua	1/2 taza de pan molido

Se tuesta o se fríe la carne hasta que pierde el color rosado. Se le quita la grasa y se añaden los demás ingredientes en un molde de más o menos 9" (23 cms. de diámetro) cubierto con pasta de pay sin cocer. Hornear a 175° C (350° F) durante 30 minutos o hasta que se dore (se sirve con jitomate condimentado o salsa casera).

CRETONAS:

Las cretonas o "grattons" son un tipo de carne para untar elaborada con carne de puerco que se cuece por un largo rato con cebollas y diversas especias, incluyendo canela; se solidifica al enfriarse y constituye un estupendo relleno para sandwiches o carne para untar en galletas saladas. Es muy popular entre los francocanadienses y se sirve esencialmente durante la época navideña.

Para hacer cretonas se necesita 1/2 kilo de carne de cerdo molida (es aconsejable molerla por segunda vez), póngala en una cacerola con dos cebollas picadas, ajo y una cucharadita de canela en polvo, mostaza en polvo y salvia o tomillo; podría añadirse también una zanahoria cruda, suficiente agua para apenas cubrir la mezcla y un trozo de tocino. Se hierve a fuego lento por espacio de una hora y media o dos horas, añadiendo más agua para evitar que se queme. Se obtendrá así una estu-penda carne para untar que se solidifica cuando enfría y que no tiene mucha grasa.

¿SABIA USTED QUE?..

... para contrarrestar el shock cultural experimentado por inmigrantes, el gobierno de Quebec ha abierto varios centros de orientación y desarrollo para inmigrantes en toda esta provincia? Los centros, que reciben un subsidio federal administrado provincialmente, abren una oportunidad para que los inmigrantes aprendan francés y se familiaricen con las costumbres de los quebequeses.

... el gobierno canadiense ha destinado \$255 millones para la segunda fase del Programa de Trabajo que se extenderá al año fiscal de 1978-79? El Ministro del Trabajo, Bud Cullen, dijo que la segunda fase de este programa proporcionará trabajos a 69,000 personas. La totalidad de fondos hasta ahora aplicados a ambas fases asciende a \$335 millones.

... para septiembre la mayoría de las señales en las carreteras canadienses habrán sido cambiadas de millas por hora a kilómetros por hora? Este es otro paso en la adaptación de Canadá al sistema métrico. El programa empezó en 1971 y debe completarse en 1980. En las señales de las carreteras se verán

los cambios de las cifras de los límites de 30 mph a 50 kph, de 60 mph a 100 kph. En las zonas escolares el límite será 25 kph en lugar de las presentes 20 mph.

... se predice que los paralíticos que no pueden hablar ni usar sus manos podrán comunicarse empleando el movimiento de sus ojos y un instrumento desarrollado en la Universidad de Toronto? Este instrumento, que va montado sobre un armazón normal para anteojos, contiene una pequeña computadora. El usuario deletrea las palabras viendo las letras en una pequeña pantalla interconstruida. Las palabras luego se escriben por medio de una máquina de escribir electrónica.

... Cindy Nicholas, de Toronto, batió el record mundial el 7 de septiembre pasado al atravesar a nado el Canal de la Mancha, de ida y de regreso, sin detenerse? Cindy, de 20 años de edad, es también la primera mujer en completar el viaje redondo de 71 kilómetros que le tomó 20 horas — más de 10 horas de diferencia en el record anterior (impuesto por Jon Erikson de Chicago en 1975).